Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 50g (***GLU, GOR***), Ser fromage 0.5szt (***MLE***), Rzodkiewka 80g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Klops gotowany w sosie koperkowym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Surówka z ogórka zielonego 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta z wędlin l 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2209.55 kcal; Białko ogółem: 88.22 g; Tłuszcz: 72.51 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.09 g; Węglowodany ogółem: 294.59 g; suma cukrów prostych: 51.34 g; Sód: 5156.45 mg; Błonnik pokarmowy: 22.95 g;

wtorek 2026-10-20	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka konserwowa 50g (***GLU, GOR***), Powidła 50g , Sałata 35g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Klops gotowany w sosie koperkowym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (***S02***), Szpinak 120g (***GLU, MLE***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Pasta z wędlin d 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 50g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2266.90 kcal; Białko ogółem: 84.28 g; Tłuszcz: 87.30 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.58 g; Węglowodany ogółem: 287.34 g; suma cukrów prostych: 68.43 g; Sód: 5150.90 mg; Błonnik pokarmowy: 20.42 g;

wtorek 2026-10-20	Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 50g (***GLU, GOR***), Ser biały 30g (***MLE***), Sałata 35g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Klops gotowany w sosie koperkowym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (***S02***), Szpinak 120g (***GLU, MLE***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Pasta z wędlin d 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Biszkopty b/cukru 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Kisiel b/c 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2267.08 kcal; Białko ogółem: 99.48 g; Tłuszcz: 84.63 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.39 g; Węglowodany ogółem: 289.38 g; suma cukrów prostych: 61.14 g; Sód: 5273.31 mg; Błonnik pokarmowy: 26.34 g;

wtorek 2026-10-20	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	
Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka konserwowa 50g (***GLU, GOR***), Ser biały 30g (***MLE***), Sałata 35g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Klops gotowany w sosie koperkowym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Szpinak 120g (***GLU, MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Pasta mięsna 80g (***SEL***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Biszkopty b/cukru 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.76 kcal; Białko ogółem: 106.74 g; Tłuszcz: 77.98 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 23.79 g; Węglowodany ogółem: 286.63 g; suma cukrów prostych: 67.15 g; Sód: 5656.93 mg; Błonnik pokarmowy: 24.98 g;

wtorek 2026-10-20	Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka konserwowa 50g (***GLU, GOR***), Powidła 50g , Rzodkiewka 80g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Klops gotowany w sosie koperkowym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 150g (***MLE***), Surówka z ogórka zielonego 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Pasta z wędlin d 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Bułka z serem D 1szt (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2529.17 kcal; Białko ogółem: 94.77 g; Tłuszcz: 89.68 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 43.58 g; Węglowodany ogółem: 336.25 g; suma cukrów prostych: 84.79 g; Sód: 4868.40 mg; Błonnik pokarmowy: 18.06 g;

wtorek 2026-10-20	Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci	
Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Szynka konserwowa 80g (***GLU, GOR***), Powidła 50g , Sałata 35g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Klops gotowany w sosie koperkowym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 150g (***MLE***), Szpinak 120g (***GLU, MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Pasta z wędlin d 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Bułka z serem D 1szt (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2527.70 kcal; Białko ogółem: 100.61 g; Tłuszcz: 86.73 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 42.40 g; Węglowodany ogółem: 337.25 g; suma cukrów prostych: 80.80 g; Sód: 5453.95 mg; Błonnik pokarmowy: 19.84 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (***GLU, MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z indyka 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Klops w sosie pietruszkowym 90g (***GLU, MLE***), Ryż 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser żółty 80g (***MLE***), Sałata 35g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2264.47 kcal; Białko ogółem: 99.74 g; Tłuszcz: 66.20 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 320.61 g; suma cukrów prostych: 80.95 g; Sód: 4222.03 mg; Błonnik pokarmowy: 28.99 g;

środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (***GLU, MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z indyka 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Klops w sosie pietruszkowym 90g (***GLU, MLE***), Ryż 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser biały 100g (***MLE***), Sałata 35g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2006.93 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 51.46 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 10.00 g; Węglowodany ogółem: 288.38 g; suma cukrów prostych: 83.38 g; Sód: 3444.68 mg; Błonnik pokarmowy: 24.13 g;

środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (***GLU, MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z indyka 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Klops w sosie pietruszkowym 90g (***GLU, MLE***), Ryż 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser biały 100g (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser żółty 20g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2428.73 kcal; Białko ogółem: 110.40 g; Tłuszcz: 71.19 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.81 g; Węglowodany ogółem: 346.60 g; suma cukrów prostych: 92.47 g; Sód: 4029.68 mg; Błonnik pokarmowy: 39.11 g;

środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (***GLU, MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z indyka 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Klops w sosie pietruszkowym 90g (***GLU, MLE***), Ryż 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser biały 100g (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Serek homogenizowany owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2250.43 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 60.99 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 12.56 g; Węglowodany ogółem: 315.71 g; suma cukrów prostych: 105.98 g; Sód: 3486.68 mg; Błonnik pokarmowy: 26.13 g;

środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (***GLU, MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka z indyka 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Barszcz z ziemniakami 350ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Klops w sosie pietruszkowym 90g (***GLU, MLE***), Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Ryż 100g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Ser żółty 80g (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Serek homogenizowany owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.70 kcal; Białko ogółem: 100.73 g; Tłuszcz: 83.11 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 46.08 g; Węglowodany ogółem: 287.89 g; suma cukrów prostych: 96.61 g; Sód: 3506.30 mg; Błonnik pokarmowy: 24.13 g;

środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (***GLU, MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka z indyka 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Barszcz z ziemniakami 350ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Klops w sosie pietruszkowym 90g (***GLU, MLE***), Ryż 100g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser biały 100g (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Serek homogenizowany owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2170.36 kcal; Białko ogółem: 98.50 g; Tłuszcz: 65.15 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 24.01 g; Węglowodany ogółem: 291.33 g; suma cukrów prostych: 99.61 g; Sód: 3062.95 mg; Błonnik pokarmowy: 24.13 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (***GOR, S02***), Papryka 80g ,	Koperkowa z ziemniakami 500g (***GLU, MLE, SEL***), Gzik z masłem i szczypiorem 120g (***MLE***), Kasza jęczmienna 300g (***GLU***), Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa żywiecka 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2214.55 kcal; Białko ogółem: 80.00 g; Tłuszcz: 72.46 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 25.48 g; Węglowodany ogółem: 318.44 g; suma cukrów prostych: 98.32 g; Sód: 4502.86 mg; Błonnik pokarmowy: 26.58 g;

czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (***GOR, S02***), Sałata 35g ,	Koperkowa z ziemniakami 500g (***GLU, MLE, SEL***), Gzik z masłem i szczypiorem 120g (***MLE***), Kasza jęczmienna 300g (***GLU***), Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa żywiecka 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2046.27 kcal; Białko ogółem: 74.39 g; Tłuszcz: 70.88 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 277.19 g; suma cukrów prostych: 93.80 g; Sód: 4164.79 mg; Błonnik pokarmowy: 20.11 g;

czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 80g (***GOR***), Sałata 35g ,	Koperkowa z ziemniakami 500g (***GLU, MLE, SEL***), Gzik z masłem i szczypiorem 120g (***MLE***), Kasza jęczmienna 300g (***GLU***), Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa żywiecka 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń b/c 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2335.90 kcal; Białko ogółem: 101.45 g; Tłuszcz: 83.07 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 30.55 g; Węglowodany ogółem: 299.83 g; suma cukrów prostych: 75.31 g; Sód: 4880.57 mg; Błonnik pokarmowy: 29.62 g;

czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (***GOR, S02***), Sałata 35g ,	Koperkowa z ziemniakami 500g (***GLU, MLE, SEL***), Gzik z masłem i szczypiorem 120g (***MLE***), Kasza jęczmienna 300g (***GLU***), Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Kiełbasa żywiecka 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń z cukrem 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2266.32 kcal; Białko ogółem: 88.16 g; Tłuszcz: 66.70 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 29.81 g; Węglowodany ogółem: 319.38 g; suma cukrów prostych: 120.83 g; Sód: 4372.44 mg; Błonnik pokarmowy: 20.15 g;

czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (***GOR, S02***), Papryka 80g ,	Koperkowa z ziemniakami P 300g (***GLU, MLE, SEL***), Gzik z masłem i szczypiorem 120g (***MLE***), Kasza jęczmienna 300g (***GLU***), Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Kiełbasa żywiecka 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń z cukrem 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2319.40 kcal; Białko ogółem: 83.43 g; Tłuszcz: 86.65 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 50.68 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; suma cukrów prostych: 124.81 g; Sód: 4392.71 mg; Błonnik pokarmowy: 23.91 g;

czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (***GOR, S02***), Sałata 35g ,	Koperkowa z ziemniakami P 300g (***GLU, MLE, SEL***), Gzik z masłem i szczypiorem 120g (***MLE***), Kasza jęczmienna 300g (***GLU***), Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Kiełbasa żywiecka 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń z cukrem 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.52 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 85.78 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 50.53 g; Węglowodany ogółem: 304.76 g; suma cukrów prostych: 120.75 g; Sód: 4315.04 mg; Błonnik pokarmowy: 20.05 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser żółty 80g (***MLE***), Ogórek zielony 80g ,	Krupnik 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Śledź w śmietanie z papryką i ogórkiem kiszonym 200g (***RYB, MLE, S02***), Ziemniaki 300g , Surówka z kapusty kiszonej 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 2szt (***JAJ***), Sałata 35g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2372.79 kcal; Białko ogółem: 96.89 g; Tłuszcz: 88.11 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 32.61 g; Węglowodany ogółem: 308.08 g; suma cukrów prostych: 80.16 g; Sód: 7117.10 mg; Błonnik pokarmowy: 26.70 g;

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Pulpet rybny w sosie koperkowym 90g (***GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Surówka z cukinii, marchewki i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 2szt (***JAJ***), Sałata 35g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2071.30 kcal; Białko ogółem: 71.66 g; Tłuszcz: 62.07 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 288.12 g; suma cukrów prostych: 55.55 g; Sód: 5992.41 mg; Błonnik pokarmowy: 25.94 g;

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Pulpet rybny w sosie koperkowym 90g (***GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Surówka z cukinii, marchewki i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 2szt (***JAJ***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 30g (***GLU, SOJ, GOR***),	**Podwieczorek:** Kiwi 100g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2185.50 kcal; Białko ogółem: 84.69 g; Tłuszcz: 59.51 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.57 g; Węglowodany ogółem: 316.85 g; suma cukrów prostych: 63.34 g; Sód: 6127.38 mg; Błonnik pokarmowy: 36.16 g;

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser top pl 2szt (***MLE***), Powidła 50g , Pomidor 50g ,	Krupnik 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Pulpet rybny w sosie koperkowym 90g (***GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Surówka z cukinii, marchewki i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Pasta z białek jaj 70g (***JAJ***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Pieczywo 50g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka z indyka 30g (***GLU, GOR***),	**Podwieczorek:** Kiwi 100g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2111.20 kcal; Białko ogółem: 81.61 g; Tłuszcz: 47.32 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.91 g; Węglowodany ogółem: 320.31 g; suma cukrów prostych: 83.27 g; Sód: 6142.85 mg; Błonnik pokarmowy: 25.12 g;

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Ser żółty 80g (***MLE***), Ogórek zielony 80g ,	Krupnik 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Śledź w śmietanie z papryką i ogórkiem kiszonym 200g (***RYB, MLE, S02***), Ziemniaki 300g , Surówka z kapusty kiszonej 120g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Jajko gotowane 2szt (***JAJ***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Kiwi 100g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2342.94 kcal; Białko ogółem: 93.63 g; Tłuszcz: 88.15 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 48.93 g; Węglowodany ogółem: 296.47 g; suma cukrów prostych: 102.29 g; Sód: 6722.60 mg; Błonnik pokarmowy: 25.80 g;

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Pulpet rybny w sosie koperkowym 90g (***GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Surówka z cukinii, marchewki i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Jajko gotowane 2szt (***JAJ***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Kiwi 100g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2017.65 kcal; Białko ogółem: 68.90 g; Tłuszcz: 58.39 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 40.73 g; Węglowodany ogółem: 279.02 g; suma cukrów prostych: 78.76 g; Sód: 5667.21 mg; Błonnik pokarmowy: 26.18 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa golonkowa 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Kalfiorowa z wkładką 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (***GLU, MLE***), Szpinak duszony 150g (***GLU, MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg z rzodkiewką 100g (***MLE***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2005.23 kcal; Białko ogółem: 82.25 g; Tłuszcz: 66.84 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 28.40 g; Węglowodany ogółem: 290.60 g; suma cukrów prostych: 71.44 g; Sód: 4265.73 mg; Błonnik pokarmowy: 25.14 g;

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta mięsna 80g (***SEL***), Sałata 35g ,	Kalfiorowa z wkładką 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (***GLU, MLE***), Szpinak duszony 150g (***GLU, MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg z zieleniną 100g (***MLE***), Pomidor 50g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.14 kcal; Białko ogółem: 86.26 g; Tłuszcz: 83.10 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 259.28 g; suma cukrów prostych: 73.25 g; Sód: 4363.55 mg; Błonnik pokarmowy: 23.34 g;

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta mięsna 80g (***SEL***), Sałata 35g ,	Kalfiorowa z wkładką 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (***GLU, MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***), Szpinak duszony 150g (***GLU, MLE***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg z zieleniną 100g (***MLE***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa szynkowa drobiowa 30g (***GLU, GOR***),	**Podwieczorek:** Budyń b/c 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2368.85 kcal; Białko ogółem: 99.84 g; Tłuszcz: 102.35 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 286.65 g; suma cukrów prostych: 88.06 g; Sód: 4462.15 mg; Błonnik pokarmowy: 29.96 g;

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Pasta mięsna 80g (***SEL***), Sałata 35g ,	Kalfiorowa z wkładką 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (***GLU, MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***), Szpinak duszony 150g (***GLU, MLE***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Twaróg z zieleniną 100g (***MLE***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Pomarańcza 150g ,	**Podwieczorek:** Budyń z cukrem 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.69 kcal; Białko ogółem: 92.60 g; Tłuszcz: 76.22 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 30.80 g; Węglowodany ogółem: 306.50 g; suma cukrów prostych: 107.03 g; Sód: 4434.70 mg; Błonnik pokarmowy: 26.23 g;

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Kiełbasa golonkowa 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Kalfiorowa z wkładką 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (***GLU, MLE***), Szpinak duszony 150g (***GLU, MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Twaróg z rzodkiewką 100g (***MLE***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Pomarańcza 150g ,	**Podwieczorek:** Budyń z cukrem 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2199.78 kcal; Białko ogółem: 84.37 g; Tłuszcz: 79.59 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 52.94 g; Węglowodany ogółem: 302.36 g; suma cukrów prostych: 104.78 g; Sód: 4004.68 mg; Błonnik pokarmowy: 23.17 g;

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Kiełbasa golonkowa 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Kalfiorowa z wkładką 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (***GLU, MLE***), Szpinak duszony 150g (***GLU, MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Twaróg z zieleniną 80g (***MLE***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Pomarańcza 150g ,	**Podwieczorek:** Budyń z cukrem 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2173.33 kcal; Białko ogółem: 80.74 g; Tłuszcz: 78.67 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 52.38 g; Węglowodany ogółem: 301.39 g; suma cukrów prostych: 104.05 g; Sód: 3994.88 mg; Błonnik pokarmowy: 23.04 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kakao 300ml (***MLE***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka konserwowa 80g (***GLU, GOR***), Papryka konserwowa 50g (***S02***),	Rosół z makaronem 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02***), Schab duszony w sosie własnym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Surówka z kapusty białej 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Ogórek zielony 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.20 kcal; Białko ogółem: 132.02 g; Tłuszcz: 78.24 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 302.44 g; suma cukrów prostych: 79.23 g; Sód: 5823.40 mg; Błonnik pokarmowy: 24.75 g;

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kakao 300ml (***MLE***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka konserwowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Rosół z makaronem 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02***), Schab duszony w sosie własnym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Sałata 35g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2278.98 kcal; Białko ogółem: 133.24 g; Tłuszcz: 74.76 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.75 g; Węglowodany ogółem: 286.67 g; suma cukrów prostych: 69.39 g; Sód: 5621.30 mg; Błonnik pokarmowy: 23.00 g;

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 50g (***GLU, GOR***), Pomidor 50g ,	Rosół z makaronem 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02***), Schab duszony w sosie własnym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Surówka z kapusty białej 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Schab pieczony 50g (***SOJ, SEL, S02***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.77 kcal; Białko ogółem: 170.52 g; Tłuszcz: 73.54 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.09 g; Węglowodany ogółem: 271.63 g; suma cukrów prostych: 66.45 g; Sód: 6134.90 mg; Błonnik pokarmowy: 29.59 g;

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kakao 300ml (***MLE***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka konserwowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 50g ,	Rosół z makaronem 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02***), Schab duszony w sosie własnym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2156.38 kcal; Białko ogółem: 138.83 g; Tłuszcz: 53.07 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 306.93 g; suma cukrów prostych: 84.25 g; Sód: 5692.90 mg; Błonnik pokarmowy: 24.94 g;

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kakao 300ml (***MLE***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka konserwowa 80g (***GLU, GOR***), Papryka konserwowa 50g (***S02***),	Rosół z makaronem 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02***), Schab duszony w sosie własnym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Surówka z kapusty białej 150g , Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Ogórek zielony 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2335.10 kcal; Białko ogółem: 137.58 g; Tłuszcz: 68.76 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 317.71 g; suma cukrów prostych: 94.89 g; Sód: 5824.70 mg; Błonnik pokarmowy: 24.79 g;

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kakao 300ml (***MLE***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka konserwowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Rosół z makaronem 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02***), Schab duszony w sosie własnym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Bukiet warzyw 150g , Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2352.28 kcal; Białko ogółem: 139.48 g; Tłuszcz: 73.93 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 43.55 g; Węglowodany ogółem: 308.54 g; suma cukrów prostych: 85.33 g; Sód: 5698.90 mg; Błonnik pokarmowy: 25.30 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka z indyka 80g (***GLU, GOR***), Ogórek kiszony 80g ,	Jarzynowa 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Makaron w sosie carbonarre 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Fasolka szparagowa 120g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 1 szt/kiełbasa salami 30 g 1Por (***GLU, JAJ, GOR***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2291.39 kcal; Białko ogółem: 86.45 g; Tłuszcz: 93.33 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.57 g; Węglowodany ogółem: 269.61 g; suma cukrów prostych: 49.98 g; Sód: 5116.32 mg; Błonnik pokarmowy: 22.70 g;

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka z indyka 70g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Jarzynowa 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Makaron z sosem bolonese D 400g (***GLU, JAJ, MLE, GOR***), Fasolka szparagowa 120g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 1 szt/kiełbasa salami 30 g 1Por (***GLU, JAJ, GOR***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.97 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 76.26 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 12.35 g; Węglowodany ogółem: 260.58 g; suma cukrów prostych: 48.81 g; Sód: 3777.25 mg; Błonnik pokarmowy: 19.70 g;

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka z indyka 70g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Jarzynowa 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Makaron z sosem bolonese D 400g (***GLU, JAJ, MLE, GOR***), Fasolka szparagowa 120g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 1 szt/kiełbasa salami 30 g 1Por (***GLU, JAJ, GOR***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Biszkopty b/cukru 40g (***GLU, JAJ***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2359.37 kcal; Białko ogółem: 106.00 g; Tłuszcz: 93.22 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 16.11 g; Węglowodany ogółem: 281.78 g; suma cukrów prostych: 53.42 g; Sód: 4010.65 mg; Błonnik pokarmowy: 26.20 g;

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka z indyka 70g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Jarzynowa 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Makaron z sosem bolonese D 400g (***GLU, JAJ, MLE, GOR***), Fasolka szparagowa 120g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Pasta z białek jaj 70g (***JAJ***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2162.98 kcal; Białko ogółem: 110.02 g; Tłuszcz: 56.52 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 298.69 g; suma cukrów prostych: 70.07 g; Sód: 4485.75 mg; Błonnik pokarmowy: 20.02 g;

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Szynka z indyka 80g (***GLU, GOR***), Ogórek kiszony 80g ,	Jarzynowa 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Makaron w sosie carbonarre 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Fasolka szparagowa 120g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Jajko gotowane 1 szt/kiełbasa salami 30 g 1Por (***GLU, JAJ, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2360.79 kcal; Białko ogółem: 98.78 g; Tłuszcz: 78.38 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 34.95 g; Węglowodany ogółem: 316.04 g; suma cukrów prostych: 70.45 g; Sód: 5261.62 mg; Błonnik pokarmowy: 25.95 g;

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka z indyka 70g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Jarzynowa 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Makaron z sosem bolonese D 400g (***GLU, JAJ, MLE, GOR***), Fasolka szparagowa 120g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Jajko gotowane 1 szt/kiełbasa salami 30 g 1Por (***GLU, JAJ, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2231.37 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 76.99 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 300.96 g; suma cukrów prostych: 70.01 g; Sód: 3875.25 mg; Błonnik pokarmowy: 20.32 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-10-27	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Salceson 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Musztarda 20g (***GOR***), Sałata 35g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Bitka wieprzowa duszona 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Śledź w sosie pomidorowym 100g (***RYB, SOJ, SEL***), Papryka 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2388.57 kcal; Białko ogółem: 118.69 g; Tłuszcz: 98.15 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 16.60 g; Węglowodany ogółem: 295.49 g; suma cukrów prostych: 71.94 g; Sód: 5861.19 mg; Błonnik pokarmowy: 24.57 g;

wtorek 2026-10-27	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Pasta z wędlin d 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Bitka wieprzowa duszona 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Marmolada 60g/ kiełbasa szynkowa drobiowa 50g 1Por (***GLU, GOR, S02***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2321.87 kcal; Białko ogółem: 107.40 g; Tłuszcz: 83.68 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 11.81 g; Węglowodany ogółem: 316.00 g; suma cukrów prostych: 102.15 g; Sód: 4789.12 mg; Błonnik pokarmowy: 21.59 g;

wtorek 2026-10-27	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Pasta z wędlin d 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Bitka wieprzowa duszona 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Kiełbasa szynkowa drobiowa 70g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Kisiel b/c 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2307.14 kcal; Białko ogółem: 119.09 g; Tłuszcz: 77.76 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 9.66 g; Węglowodany ogółem: 327.07 g; suma cukrów prostych: 77.43 g; Sód: 4581.62 mg; Błonnik pokarmowy: 33.22 g;

wtorek 2026-10-27	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Pasta drobiowa 80g (***SEL***), Sałata 35g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Bitka wieprzowa duszona 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Marmolada 60g/ kiełbasa szynkowa drobiowa 50g 1Por (***GLU, GOR, S02***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2202.59 kcal; Białko ogółem: 116.33 g; Tłuszcz: 62.40 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 12.37 g; Węglowodany ogółem: 336.03 g; suma cukrów prostych: 136.57 g; Sód: 5209.03 mg; Błonnik pokarmowy: 31.53 g;

wtorek 2026-10-27	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Pasta z wędlin l 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Bitka wieprzowa duszona 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Marmolada 60g/ kiełbasa szynkowa drobiowa 50g 1Por (***GLU, GOR, S02***), Papryka 80g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2383.17 kcal; Białko ogółem: 108.76 g; Tłuszcz: 72.74 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 28.34 g; Węglowodany ogółem: 354.78 g; suma cukrów prostych: 136.28 g; Sód: 4877.31 mg; Błonnik pokarmowy: 25.40 g;

wtorek 2026-10-27	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Pasta z wędlin d 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Bitka wieprzowa duszona 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Marmolada 60g/ kiełbasa szynkowa drobiowa 50g 1Por (***GLU, GOR, S02***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2364.27 kcal; Białko ogółem: 108.01 g; Tłuszcz: 72.41 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 351.03 g; suma cukrów prostych: 133.77 g; Sód: 4808.47 mg; Błonnik pokarmowy: 24.25 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-10-28	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Buraczkowa 500ml (***SOJ, SEL, GOR, S02***), Pierogi leniwe z masłem 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Surówka z selera 150g (***MLE, SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 50g/ser żółty 30 g 1Por (***MLE, GOR***), Papryka konserwowa 50g (***S02***),
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2374.12 kcal; Białko ogółem: 117.65 g; Tłuszcz: 79.02 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 29.00 g; Węglowodany ogółem: 309.04 g; suma cukrów prostych: 110.32 g; Sód: 4145.03 mg; Błonnik pokarmowy: 32.65 g;

środa 2026-10-28	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Buraczkowa 500ml (***SOJ, SEL, GOR, S02***), Pierogi leniwe z masłem 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Surówka z selera 150g (***MLE, SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka gotowana 80g (***GOR***), Sałata 35g ,
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2323.73 kcal; Białko ogółem: 114.03 g; Tłuszcz: 85.36 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 23.74 g; Węglowodany ogółem: 284.82 g; suma cukrów prostych: 109.26 g; Sód: 3901.19 mg; Błonnik pokarmowy: 32.24 g;

środa 2026-10-28	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Buraczkowa 500ml (***SOJ, SEL, GOR, S02***), Pierogi leniwe z masłem 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Surówka z selera 150g (***MLE, SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka gotowana 80g (***GOR***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (***GLU***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2362.08 kcal; Białko ogółem: 115.74 g; Tłuszcz: 89.07 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 289.61 g; suma cukrów prostych: 110.07 g; Sód: 3818.09 mg; Błonnik pokarmowy: 33.37 g;

środa 2026-10-28	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Buraczkowa 500ml (***SOJ, SEL, GOR, S02***), Pierogi leniwe z masłem 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***), Surówka z selera 150g (***MLE, SEL***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka gotowana 80g (***GOR***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2173.68 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; Tłuszcz: 61.81 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 24.10 g; Węglowodany ogółem: 294.71 g; suma cukrów prostych: 119.76 g; Sód: 3798.09 mg; Błonnik pokarmowy: 26.67 g;

środa 2026-10-28	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Buraczkowa 500ml (***SOJ, SEL, GOR, S02***), Pierogi leniwe z masłem 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Surówka z selera 150g (***MLE, SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka gotowana 50g/ser żółty 30 g 1Por (***MLE, GOR***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2348.02 kcal; Białko ogółem: 116.37 g; Tłuszcz: 79.64 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 45.56 g; Węglowodany ogółem: 294.86 g; suma cukrów prostych: 119.97 g; Sód: 3747.47 mg; Błonnik pokarmowy: 26.67 g;

środa 2026-10-28	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Buraczkowa 500ml (***SOJ, SEL, GOR, S02***), Pierogi leniwe z masłem 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***), Surówka z selera 150g (***MLE, SEL***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Szynka gotowana 80g (***GOR***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2362.78 kcal; Białko ogółem: 116.19 g; Tłuszcz: 75.22 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 40.68 g; Węglowodany ogółem: 316.16 g; suma cukrów prostych: 120.39 g; Sód: 4006.39 mg; Błonnik pokarmowy: 30.23 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-29	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser biały 30g (***MLE***), Powidła 50g , Ogórek zielony 80g ,	Szpinakowa 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (***GLU, JAJ, MLE***), Kasza gryczana 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2398.90 kcal; Białko ogółem: 91.18 g; Tłuszcz: 79.72 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.61 g; Węglowodany ogółem: 331.70 g; suma cukrów prostych: 83.78 g; Sód: 4404.07 mg; Błonnik pokarmowy: 32.07 g;

czwartek 2026-10-29	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser biały 30g (***MLE***), Powidła 50g , Sałata 35g ,	Szpinakowa 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (***GLU, JAJ, MLE***), Kasza gryczana 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2034.42 kcal; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz: 54.52 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.34 g; Węglowodany ogółem: 294.58 g; suma cukrów prostych: 82.42 g; Sód: 4063.05 mg; Błonnik pokarmowy: 27.06 g;

czwartek 2026-10-29	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser biały 100g (***MLE***), Sałata 35g ,	Szpinakowa 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (***GLU, JAJ, MLE***), Kasza gryczana 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Biszkopty b/cukru 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Kiwi 100g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2336.40 kcal; Białko ogółem: 105.75 g; Tłuszcz: 95.37 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.22 g; Węglowodany ogółem: 269.18 g; suma cukrów prostych: 72.62 g; Sód: 3974.06 mg; Błonnik pokarmowy: 31.87 g;

czwartek 2026-10-29	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser biały 30g (***MLE***), Powidła 50g , Sałata 35g ,	Szpinakowa 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (***GLU, JAJ, MLE***), Kasza gryczana 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Kiwi 100g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2157.42 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz: 57.27 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 14.34 g; Węglowodany ogółem: 321.68 g; suma cukrów prostych: 97.52 g; Sód: 4139.05 mg; Błonnik pokarmowy: 29.46 g;

czwartek 2026-10-29	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLE***), Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Ser biały 30g (***MLE***), Powidła 50g , Ogórek zielony 80g ,	Szpinakowa 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (***GLU, JAJ, MLE***), Kasza gryczana 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Kiwi 100g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2378.50 kcal; Białko ogółem: 94.97 g; Tłuszcz: 63.32 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 357.06 g; suma cukrów prostych: 110.02 g; Sód: 4286.37 mg; Błonnik pokarmowy: 32.06 g;

czwartek 2026-10-29	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Ser biały 30g (***MLE***), Powidła 50g , Sałata 35g ,	Szpinakowa 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (***GLU, JAJ, MLE***), Kasza gryczana 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Kiwi 100g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2345.62 kcal; Białko ogółem: 90.87 g; Tłuszcz: 69.30 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 335.60 g; suma cukrów prostych: 106.66 g; Sód: 4092.15 mg; Błonnik pokarmowy: 29.48 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-30	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta z ryby makreli 80g (***JAJ, RYB***), Ogórek kiszony 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Jajko sadzone 2szt (***JAJ***), Ziemniaki 300g , Sałata w śmietanie 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Twaróg z rzodkiewką 100g (***MLE***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2350.11 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; Tłuszcz: 94.61 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 288.29 g; suma cukrów prostych: 58.83 g; Sód: 7935.23 mg; Błonnik pokarmowy: 24.63 g;

piątek 2026-10-30	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Sałatka jarzynowa diet 200g (***JAJ, SEL***), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Ryba morszczuk z sosem greckim D 200g (***RYB, SEL***), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Twaróg z zieleniną 100g (***MLE***), Sałata 35g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2278.96 kcal; Białko ogółem: 76.02 g; Tłuszcz: 84.79 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.65 g; Węglowodany ogółem: 296.93 g; suma cukrów prostych: 71.93 g; Sód: 6946.63 mg; Błonnik pokarmowy: 31.77 g;

piątek 2026-10-30	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Sałatka jarzynowa diet 200g (***JAJ, SEL***), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Ryba morszczuk z sosem greckim D 200g (***RYB, SEL***), Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg z zieleniną 100g (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser żółty 20g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Kisiel b/c 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2291.06 kcal; Białko ogółem: 84.63 g; Tłuszcz: 78.69 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.10 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; suma cukrów prostych: 83.76 g; Sód: 7111.63 mg; Błonnik pokarmowy: 38.37 g;

piątek 2026-10-30	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Sałatka jarzynowa diet 200g (***JAJ, SEL***), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Ryba morszczuk z sosem greckim D 200g (***RYB, SEL***), Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Twaróg z zieleniną 100g (***MLE***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.54 kcal; Białko ogółem: 77.25 g; Tłuszcz: 61.12 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.75 g; Węglowodany ogółem: 335.99 g; suma cukrów prostych: 106.38 g; Sód: 6971.80 mg; Błonnik pokarmowy: 35.66 g;

piątek 2026-10-30	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Pasta z ryby makreli 80g (***JAJ, RYB***), Ogórek kiszony 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Jajko sadzone 2szt (***JAJ***), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Sałata w śmietanie 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Twaróg z rzodkiewką 100g (***MLE***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Drożdżówka 1 szt 1szt (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2395.91 kcal; Białko ogółem: 100.49 g; Tłuszcz: 89.53 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 42.01 g; Węglowodany ogółem: 309.30 g; suma cukrów prostych: 90.71 g; Sód: 7797.88 mg; Błonnik pokarmowy: 24.95 g;

piątek 2026-10-30	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Sałatka jarzynowa diet 200g (***JAJ, SEL***), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Ryba morszczuk z sosem greckim D 200g (***RYB, SEL***), Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Twaróg z zieleniną 100g (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Drożdżówka 1 szt 1szt (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2359.71 kcal; Białko ogółem: 83.34 g; Tłuszcz: 73.84 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 345.10 g; suma cukrów prostych: 97.20 g; Sód: 6918.48 mg; Błonnik pokarmowy: 36.67 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.